

دیابت نوع یک:

۱

این بیماری در کودکان بروز می‌کند و تا پایان عمر همراه کودک است. بیماری دیابت زمانی ظاهر می‌شود که پانکراس (لوزالمعده) قدرت تولید و ترشح انسولین را از دست می‌دهد. هورمون انسولین به سلول‌ها کمک می‌کند تا قند را برای تولید انرژی مصرف کنند. انسولین همچنین باعث ذخیره قند در بافت عضله‌ای-ماهیچه‌ای و سلول‌های کبدی می‌شود. بدن برای انتقال قند از خون به سلول‌ها به هورمون انسولین احتیاج دارد، اگر بدن با کمبود انسولین مواجه شود قند نمی‌تواند به سلول‌ها برسد و در نتیجه سلول‌ها منبع انرژی نخواهند داشت؛ بنابراین قند در جریان خون باقی می‌ماند و سطح قندخون به تدریج بالا می‌رود و فرد به دیابت مبتلا می‌شود.

علائم دیابت نوع یک در کودکان:

- نشانه‌های افزایش قندخون: کودک گرسنه یا تشنه می‌شود، تکرر ادرار پیدا می‌کند، حجم ادرار افزایش می‌یابد، تاری دید داشته و با اینکه زیاد غذا می‌خورد ولی کاهش وزن پیدا می‌کند.
 - نشانه‌های کاهش قندخون: کودک عرق می‌کند، می‌لرزد و گرسنه می‌شود. رنگ پریده، بی‌قرار و بدخلق است و در خواب کابوس می‌بیند.
- این حالت بیشتر بعد از ورزش یا دریافت انسولین بدون خوردن غذای کافی ایجاد می‌شود.

درمان دیابت نوع یک:

۲

تنها درمان، تزریق انسولین است و قرص‌های پایین آورنده قندخون هیچ تاثیری ندارند. رایج ترین انواع انسولین موجود در ایران، انسولین‌های regular و NPH هستند که بصورت ویال های شیری و شفاف موجود می باشند. تعداد تزریق انسولین در روز ۳ تا ۵ بار می‌باشد که باید با میزان کربوهیدرات مصرفی تنظیم شود و در این خصوص پزشک شما را راهنمایی می‌نماید. میزان قندخون می‌بایست روزانه ۵ تا ۶ نوبت چک شده و ثبت گردد. در مراجعه بعدی به پزشک، میزان قندخون های ثبت شده را همراه داشته باشید.



نحوه مراقبت از کودک مبتلا به دیابت نوع یک:

۱. بهتر است بطور مرتب و منظم با یک متخصص تغذیه ملاقات داشته باشید تا برنامه غذایی مناسب را برای فرزندتان تنظیم کند.
۲. برنامه غذایی را رعایت نموده و براساس میزان کربوهیدرات مصرفی کودک خود از انسولین استفاده کنید.
۳. انسولین را باید به بافت چربی زیر پوست تزریق کرد، تا زمانی که فرزندتان خودش بتواند این کار را انجام دهد، شما برای او تزریق کنید.

۴. درخصوص آماده کردن انسولین نگران نباشید،

۳

به راحتی آن را انجام خواهید داد. به یاد داشته باشید که قلم‌های انسولین نیازی به آماده کردن ندارند.

۵. بهترین روش تزریق آن است که در جهت عقربه‌های ساعت نواحی مورد تزریق (بازو، شکم، ران) را تغییر دهید و در صورتی که از سرنگ انسولین استفاده می‌کنید کاملا با پوست بدن کودک زاویه ۹۰ درجه ایجاد کنید و نحوه صحیح تزریق هر ناحیه را که در بیمارستان به شما آموزش داده می‌شود، نزد پرستار چند مرتبه تمرین کنید.

دیابت نوع دو:

اگر پانکراس نتواند انسولین کافی بسازد یا بافت‌های بدن نتوانند از انسولین به درستی استفاده کنند، بدن کودک شما با کمبود انسولین مواجه شده و در نتیجه قند در خون باقی می‌ماند و فرد مبتلا به دیابت می‌گردد. دیابت نوع دو به مرور زمان به چشم‌ها، قلب، عروق خونی، اعصاب و کلیه‌ها آسیب می‌رساند.

عواملی که خطر ابتلا به دیابت نوع دو را در کودکان افزایش می‌دهند، عبارت است از: چاقی، فعالیت بدنی کم، سابقه خانوادگی

علائم دیابت نوع دو در کودکان:

- این بیماری ابتدای پیدایش علائم خاصی را بروز نمی‌دهد اما کودک می‌تواند نشانه‌های خفیفی چون تکرر ادرار، احساس تشنگی بیش از حد طبیعی، پررنگ شدن چین‌های دور گردن یا زیر بغل و کشاله ران را داشته باشد.

دیابت در کودکان

(راهنمای والدین در مراقبت از کودک مبتلا به دیابت
نوع یک و دو)



گردآورنده:

حانه ذوالفقاری

(دانشجو ورودی ۹۹ دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک)

تحت نظارت سرکار خانم آشوری

(سوپروایزر آموزشی بیمارستان امیر کبیر)

منبع: کتاب مبانی طب کودکان نلسون (چاپ ۲۰۲۳)
انتشارات اندیشه رفیع و راهنمای دیابت در کودکان و
نوجوانان (چاپ ۱۳۸۳) انتشارات علوم پزشکی مشهد

بهمن ماه ۱۴۰۲

توصیه‌های مراقبتی در انواع دیابت:

۵

- علائم افت شدید قندخون را بشناسید: (کاهش هوشیاری و تشنج) و در صورت رخداد، هرگز به کودک بیهوش چیزی نخورانید، کودک را به پهلو خوابانده و چانه‌اش را پایین بکشید، فوراً با ۱۱۵ تماس گرفته و اگر آمپول گلوکاگون در دسترس دارید طبق دستور پزشک زیرجلدی یا عضلانی برای کودک تزریق کنید.
- وعده‌های غذایی کودک شما شامل: صبحانه، میان‌وعده صبح، نهار، میان‌وعده عصر، شام و میان‌وعده آخر شب می‌باشد.



- تمرینات منظم ورزشی مانند پیاده‌روی را روزانه برای فرزند خود در نظر بگیرید و به این نکته توجه داشته باشید که پیش از ورزش، قندخون باید اندازه‌گیری شود و در صورتی که به مقدار مدنظر نرسیده کربوهیدرات مصرف شود و سپس ورزش کند تا افت قندخون ایجاد نشود.
- اگر کودک شما مدرسه می‌رود، همواره گلوکومتر، انسولین، پدالکی، کیف خنک‌کننده انسولین و کارت شناسایی دیابت را به همراه داشته باشد و معلم و مسئولین مدرسه او نیز مطلع باشند.

درمان دیابت نوع دو:

۴

درمان اولیه اکثراً قرص‌های پایین‌آورنده قندخون است و در صورت عدم پاسخ انسولین تجویز خواهد شد.

نحوه مراقبت از کودک مبتلا به دیابت نوع دو:

۱. قندخون فرزندان را در زمان‌های مختلف هر روز ثبت کنید. این جدول به شما کمک می‌کند تا بدانید هر غذا یا فعالیتی چه تاثیری بر قندخون فرزندان می‌گذارد.
۲. مقدار کربوهیدرات وعده‌های غذایی فرزندان برابر باشد؛ این روش به ثبات قندخون او کمک می‌کند چراکه میان تمام گروه‌های غذایی، کربوهیدرات‌ها بیشترین تاثیر را دارند.
۳. در خصوص رژیم غذایی کودک خود با یک متخصص تغذیه مشورت کرده و غذاهایی چون نوشابه، آبمیوه صنعتی، کیک، شکلات و... توصیه نمی‌شود و جایگزین آن غذاهایی مانند بیسکویت سبوس‌دار، گوشت قرمز، گوشت مرغ، حبوبات، تخم‌مرغ، کاهو، نان سنگک و... را استفاده کنید.
۴. ساعت غذا خوردن حائز اهمیت است چراکه اگر پس از تزریق انسولین یا مصرف قرص، غذا نخورد علائم افت قندخون (لرزش، پوست رنگ پریده، بی‌قراری، تشنج، سیاهی رفتن چشم‌ها، عرق سرد، ضربان تند قلب و...) بروز می‌کند که باید به سرعت غذایی شیرین مثل آبمیوه یا نصف لیوان آب با ۵-۴ حبه قند به او بدهید و به یاد داشته باشید که از شیرینی‌های جامد استفاده نکنید تا در صورت ایجاد تشنج غذا وارد راه‌هوایی کودک شما نشود.
۵. قرص‌های تجویزی و انسولین را در ساعت معین و طبق دستور پزشک برای کودک خود مصرف کنید.